# 折肱漫錄

# 折肱漫錄卷之二

檇李黃承昊履素撰
古吳程永培瘦樵校

## 醫藥篇二

遺精　痿痺　感冒
鬱　瘧　雜治

夢遺之症其因不同治亦罕效此病患之者甚多非必盡因於色慾過度以致滑泄大半起於心腎不交凡人用心太過則火亢而上火亢則水不升而心腎不交矣士子讀書過勞功名心急者多有

此病其心一散則火降水升既濟而病將自愈凡病起於心大都非藥石之所能療先大夫少年極苦此病蓋用功過苦名心太急所致每臨場則愈頻陽事少着物即遺苦無可奈將牀席俱穿一大孔以臥使其無着是科發解武林居停邀其親戚女客飲喜酒相率觀解元公書室則牀席有大孔皆莫解其故以爲笑談一自發解後夢泄便希及登第後則愈希矣予少年亦苦此迨登第後愈希

漸老愈減於是益信此病關心不可獨責於腎而心病非藥石所能療故治遺少良方也

不夢而遺謂之遺精予年三十二曾患之龜頭時有精微微流出晝夜常然予初時驚懼特甚人身中幾許精血而堪此涓涓不絕乎醫之高明者慰予無害但毋服澁藥予病以慣服附子得之知是火症勸予涼補而勿熱補仍服六味丸加沙苑蒺藜兎絲子及炒黃柏少許等藥將此病付之度外

莫實諸懷如常將理凡兩年而始全愈龍骨牡蠣等藥從末入口蓋人身中惟氣血周流斯快暢豈可澁之使滯雖得暫効貽害實深患者審之予初有懼心及兩年間應酬如常絕無倦態豈此精與交媾之元精不同故無大害耶

肌肉蠕動方書亦指為風薛立齋獨主氣血虛熱不作風治此論高出等夷予向患指麻時亦見此症但補氣血不治其風故不受其害

予四十七歲忽患小指麻軟時作時止每夏愈而冬甚素聞指麻當防中風因講求預防之法有言宜祛風化痰者其說大謬有言宜順氣活血者謂氣行則痰自消血活則風自滅其言近是及讀薛氏醫案治蔣州判中滿吐痰頭暈指麻先生云中滿者脾氣虧損也痰盛者脾氣不能運也頭暈者脾氣不能升也指麻者脾氣不能周也遂以補中益氣湯加茯苓半夏以補脾土用八味地黃丸以

補土母而愈後惑於乾坤生意方云凡人手指麻軟三年後有中風之疾可服搜風天麻二丸以預防之乃朝餌暮服以致大便不禁飲食不進而殁夫預防之理當養氣血節飲食戒七情遠幃幙可也若服前丸以預防適所以招風取中也予讀之快然遂確守先生之法蓋於今十有三年矣

予既信服立齋之書又遇淮昌名醫陳月坡診予指麻之症議與薛合將補中益氣湯加減令予作

丸服之醫家守古方皆謂湯不可丸丸不可湯獨

月坡以湯爲丸殊是創見乎遵而服之其力大勝

於湯乎病後弗能勝勞服前湯未効自服此丸遂

覺勞而不病然則古人所立湯丸之方亦不必守

膠柱之見也

立齋謂指麻是脾氣不能周貞確論惟脾氣不周

又不加意調攝以致虛而愈虛故忽有中風之症

若認指因風而得麻而預餌祛風之藥以防之眞

所謂招風取中癸蓋搜風等丸多戕賊脾胃之藥斷不可輕服凡人脾氣不傷雖病可療若脾元一敗盧扁却走乾坤生意等書悞人不淺故非明理之儒醫書不可亂讀

凡臂痛指麻等症粗工無不以風治至於尸斜語澁痰湧更無不確信以爲風者薛立齋治法獨推本於脾而必以補脾肺之藥獲效斯眞元元本本之論不可爲粗工道者

立齋治高僉憲兩腿痿軟無力勞則作痛如刺人皆以爲風立齋曰此肝腎陰虛火盛所致痿軟者眞病之形作痛者邪火之象用壯水益腎之藥而愈前症往往認爲風輒用發散而促其死者多矣予己酉夏應試南都與姊丈吳公甫聯社課來見公甫步履微有不便云苦腿痛精神固無恙也聽庸醫之言以爲風濕遂專服祛風燥濕之劑形容日槁八月間見咯血之症肌肉盡削至冬而殁郎

此驗之則腿足酸疼不可槩作風治也益明矣腿足皆足三陰部位多係肝腎陰虛法宜滋補顧反服風藥以耗之寧不速其死

王節齋云凡中風偏枯麻木症之痰必用南星半夏立齋云先用前藥清其痰即用六君子之類扶胃氣痰自不生若槩用風藥耗其陽氣而絕陰血之源適足以成其風益其病耳

時師治人感冒不論形氣虛實輒忌人參不知古

人論虚人感冒不任發表者服補中益氣湯夫參且忌之而令服芪术有不驚而咋舌者乎予初病外感憚不敢服参名醫朱心園始敎我助正疎邪不妨並劑及覽方書亦有觸發遂攻補散兼施頗覺相宜後至黃芪與防風並用亦未見壅閉外邪大槩醫家立論不同止有二說一則謂外感之候必須先散而後補停食之候必須先消而後補一則謂攻補可以兼行兩說每致柄鑿予初亦不能

無惑乃後屢以身試始悟氣體壯實者可以散之消之而後補若氣體虛弱之人必先扶其正而後可以攻其邪・補一攻邪氣乃去倘泥於先攻後補之言則邪氣未即去而元氣已先傷矣可不戒哉

凡人感風寒醫家必云不治邪將入內須及其在表而散之殊不其然汗過櫛中不快或時發熱未審是外感是勞傷將補藥表藥一槩停止惟避風

靜養禁葷啖粥以守之但得漸愈益外感勞傷病形析似悞藥有大害即曾悞服紫蘇湯數口體便狠狽每至夜分後即自汗大費調理不可不慎外感肩背拘急勞傷亦然不可悞認其餘方書辨之甚詳

人感風寒兩背必覺拘束不快及服表散藥汗之而拘束猶故此榮衛傷而血氣不充故也若外邪猶未盡而再表之則受虛虛之禍矣

立齋云凡感冒咳嗽若概行發汗過多喘促呼吸不利吐痰不止必患肺癰今人但遇傷風咳嗽即服疎散之劑請以此語為鑒

凡惡風寒流清涕及寒噤噴嚏等症只宜茹素避風好自調理不可輕服散風之藥薛氏醫案中載悞服疎風藥致體麻痰壅狀類中風治以益氣湯加門冬五味而愈可不慎歟予腠理素虛自幼畏風風寒一襲涕噴隨至甚則發熱汗津津不止少

時不知醫理謂必先散其風而後服參芪以實之豈知愈散愈虛外感益易四十歲以後方悟此理遂以補中益氣湯丸爲常服之藥若值外感但任服益氣湯而疎散之藥禁不入口茹素避風以守之數日自愈而元氣不傷要知腠理疎豁之人即感冒亦不可輕易發表慎之慎之

立齋論咳嗽云肺氣虛則腠理不密風邪易入治法當解表兼實肺氣肺有火則腠理不閉風邪外

兼治法當解表兼清肺火邪退卽止若數行解散則重亡津液邪蘊而爲肺疽肺痿矣

又云夏月尤當服六味丸壯水以鎭陽光

凡痰火症時師必禁用熟地以其膩也多用橘紅貝母天花粉等藥以消痰及凉藥以降火常槪先賢用六味丸稍加別藥以治痰而奏劾蓋痰因火動補其陰則火降而痰自消若專治其痰脾胃先傷而痰終難治矣況又有腎虛而水泛爲痰者尤

宜服六味丸乎常患痰症不輟六味丸未見臓腑
助痰而屢以得効
立齋治痰每言腎虛水泛爲痰法當補腎乎壬申
秋咳嗽多痰自知因於色遂先生法恪服六味丸
更不治痰嗽月餘竟愈將師治痰最忌熟地以爲
膩膈是烏知箇中妙理哉
歸脾湯治脾而開鬱逍遥散治肝而疎鬱治鬱此
爲妙劑他藥恐耗散元氣宜慎用之

立齋云大凡久瘧乃屬元氣虛寒蓋氣虛則寒血虛則熱胃虛則惡寒脾虛則發熱陰火下流則寒熱交作或吐涎不食泄瀉腹痛手足厥冷寒戰如慄若誤投以清脾截瘧二飲多致不起按山瘧久不止者多成壞症想不遵此治法而醫藥亂投之故予表兄沈鴻生孝廉精神素王自閩游歸患山瘧幾一載元氣都耗後瘧雖止而面黑眼黃見者驚異如是又二載卒以鼓脹亡先生指久瘧爲元

氣虛寒信爲確論

立齋截瘧法以參朮各一兩生薑四兩煨熟煎服即止或以大劑補中益氣湯加煨薑尤効生薑一味亦効

立齋治瘧與時師迥異時師大都用黃芩柴胡之類謂必先散其邪而後用補劑予少時曾患此雖不敢服淸脾截瘧等藥而所服皆柴胡黃芩之劑十四五伐方得止亦甚狼狽矣此病最忌生冷當

腥使滋味澹泊邪氣自衰予病時守戒甚嚴瘧止後茹素者半月饑極乃啟以是脾胃頓開飲食較未病前倍增精神始王

立齋治好飲酒而致脾虛濕熱者用六君子加葛根神麯山梔葛根葛花能解散酒神麯能消酒積山梔能瀉火然葛根葛花解肌疏腠理神麯伐脾敗血山梔性寒體弱人亦宜審用王宇泰先生準繩中載有飲酒發熱人治以補劑加乾葛猶不

禁其散而極言治酒病者無如枳椇子之妙此物
一名枳椇一名木蜜俗乎癩漢指頭北人名曰爛
瓜江南謂之白石樹杭州貨賣名密屈立詩所謂
南山有枸是也樹形似白楊其子着枝端如小指
長數寸屈曲相連春生秋熟經霜後取食如飴美
以此木作屋柱令一室之酒味皆淡薄趙以德治
酒人發熱用枳椇子而愈即此也又曰此物蘇州
亦有呼爲密六曲徽州最多呼爲金鈎子九月有

之予留意徧訪尚未得見也

立齋云凡傷酒泄瀉之症若濕熱壅滯當用葛花解酲湯分消其濕濕既去而瀉未已須用六君子加神麯實脾土化酒積此雖爲酒而作實因脾土虛弱不可專主濕熱

古方治目赤多用疏散寒凉之藥本體虛弱人不宜服此予乙亥春患目竟不服藥俟其勢稍殺即服四物湯加甘菊决明等養血之藥三七方愈雖

無速效而氣血不傷

予少時神氣不足患目每用目稍過輒酸澁無光者累日博攷方書多云六味地黃丸可治目予連服二三料目疾轉甚改服別方補腎養氣血之藥始得稍愈後讀醫學鈞元有目病不宜服六味丸辨謂澤瀉茯苓滲水山茱萸不宜於目言之甚詳以予驗之此論良是予從今思之目病有屬血虛亦有屬氣虛者予血固不足氣則尤虛薛立齋治

兩目緊澁不能瞻視以爲元氣下陷用補中益氣湯倍加參芪而愈予悔往時不多服前湯而專事於補腎養血以致久不痊治四十後以指麻多服前湯原無意於治目而目光漸充始信往時之謬

予幼時患風弦爛眼甚受其累百藥罔効遇一陳姓醫士於長安邸授予白末藥令敷於眼背思慮隨敷隨愈取効如神不肯傳方予屢訪之云有吐蛔在內吐蛔者小兒口中吐出蛔虫收乾候用其

幸想更有製就爐甘石配之者眞奇方也

立齋引東垣先生之言曰五臟六腑之精氣皆禀受於脾上貫於目脾者諸陰之首也目者血脉之宗也故脾虛則五臟之精氣皆失所司不能歸明於目矣心者君火也主人之神宜靜而安相火代行其令相火者包絡也主百脉皆榮於目若勞役過動勢乃妄行又因邪氣所并而損血脉故目病生焉凡醫者不理脾胃及養血安神治標而不治

本是不明正理也若槩用辛凉苦寒之劑損傷真
氣將促成內痺矣
予中年患痔點洗都不効惟白蘿蔔煎湯頻洗差
佳近讀瑯嬛集中載經霜冬瓜皮同朴硝煎洗翻
花痔立愈又法以白蘿蔔代冬瓜亦效冬瓜未之
試蘿蔔已驗矣
予座師勞五芝先生長公孝子京偶於臂間患一
毒地非要害直易視之子京素知醫恐痛傷元氣

輒服人參芪毒愈甚發寒熱乃始延醫又遇粗工
潰後淋瀝應服參芪反不能多服竟致不能收口
而沒益癰疽初起先宜瀉毒而後議補若補之太
早遂有此禍可鑒也

凡瘰癧結核等症世人多視爲外科之症而付之
瘍醫立齋以爲此屬腎水虧損肝火血燥筋攣法
當滋腎水生肝血用六味丸益氣湯治之其有胸
脇等處大如升斗或破而如菌如榴不問大小俱

治以前法

立齋論瘰癧乃肝經血燥當清肝火滋腎水不宜令外科竟作瘰治多成壞症

予年三十時臂生一小瘤根細如線而頭如豆大越十年而漸大如荔有妨務馬予有鑒於決瘤之說不敢醫常嘆曰吾年若六七十此瘤當如碗大必妨行坐矣奈何既而嘆曰吾若得至六七十即礙行坐亦何妨遂安意養之及四十七歲時偶擦

傷瘡皮水滲出不止乎懼其成漏乃延潘慧峯商之潘云欲去此瘤甚易欲塞此漏甚難瘤去則漏自滿矣乎不得已聽其治潘以藥塗瘤甚痛其肉盡黑少頃血出津津乎甚懼且悔不復求治但求止血之藥越宿則黑肉已堅如石片數日脫去其根尚存如豆水出仍不止乎復商之潘潘云不去其根漏仍不可塞也又以前藥點之痛甚肉黑如初次日復點凡三次內服托裏散每劑用黃芪五

錢凡旬日堅肉脫去則根已平仍服托裡散外用長肌收口藥絕慾息勞以漸收滿肌肉完好予之服藥守禁固勤且慎而潘君亦可謂妙手矣

予窗友賀立庵方伯常言其伯父賀岳精於醫刻有醫經大旨嘗治一孕婦將坐草患小便不通百藥不効愈飲愈飽束手待斃賀君診之曰此乃脾氣虛弱不能勝胞故胞下墜壓塞膀胱以致水道不通大健其脾則胞舉而小便自通矣以白朮二

兩土炒加炒砂仁數錢別加一二輔佐之藥服一
劑小便立通其神如此予常記此言于懷中壬寅
歲予內人有妊臨月竟同此症醫藥無功危甚予
以此法告於醫者普醫者虛心如賀法治之立効
遂舉長子寅錫予若不聞此言母子均殆矣
予家有女流患便癰兩拗腫痛不能起瘍醫用散
毒藥十餘劑以圍藥逼之出膿腫痛愈甚予查薛
立齋外科樞要此症皆因鬱怒傷肝得之治用加

味歸脾湯加味逍遙散間服遂遵而服之不三劑
而腫痛減半六劑而起藥能中病神効有如此者
予孫孟溥出痘起發貫漿俱如法惟回漿太早九
朝左臂發一痘毒醫家通用清熱解毒之藥不四
劑而寒戰咬牙之症作矣醫家泥於痘毒不敢用
參术止用歸芪而尚欲兼解毒予謂痘後氣血俱
虛復以寒藥傷脾故見斯症陽氣已虛甚即有歸
芪亦何能濟而況尚兼清解乎必無幸矣於是詳

攷立齋保嬰撮要寒戰咬牙門用十全大補湯即
痘毒門初發時只用仙方活命飲一二劑旋用托
裏散助其元氣則未成可消已成可潰設使氣血
不充則不膿不潰難以收拾予於是斷以已意服
十全湯三劑而寒戰止再數劑而咬牙定乃延瘍
醫妙手外治其毒內服參芪歸朮不輟凡匝月而
全愈當寒戰症作儕輩方掀用藥頗多疑慮人參
且不敢多用而況白朮至於桂更不敢用至三分

者予嘆曰予生平服立齋之書立齋不惧我豈獨
惧此孩乎即惧寧惧於立齋遂决意用大劑參朮
加桂至五六分不惟寒戰咬牙之症得瘥而臂毒
亦旋愈立齋之治幼科其妙亦如此

余媳申氏多鬱怒怒甚不月腹漸大疑有姙醫者
視之亦以爲姙也十餘月而諸症蜂見乃始
疑之醫者亦以爲畜血之症時有欲下之者衆議
以爲體弱不能勝止可晰消於是久用行血調血

之藥而不敢用下血之藥竟弗効厥後醫藥雜投遂至不起余一日偶閱震澤紀聞載盛啟東治東宮妃一案大爲悔悼永樂中東宮妃張氏經不通者十閱月衆醫以爲胎也而脹愈甚上命太醫院盛啟東診之一一如見妃喜甚及出而疏方皆破血之劑東宮大怒曰早晚望誕育而用此方其可乎寘之數日病益劇乃復召診啟東仍疏前方東宮用其藥而禁其人家人惶怖以爲不免越三日

歸紅棍前呼賞賜甚盛蓋妃服藥下血數斗而疾平也予媳病正與此符當十月外旣確知非娠即宜大膽下之當可得生惜醫家無此膽不亦傷乎予倩孫培之得痢與辰金鉛丸有一比邱患山瘧久不止與一丸服之減半再與一丸頓止蓋山瘧屬元氣虛寒金鉛丸能助陽氣故兩丸而竟愈也予家有庖丁王姓者生平多慾年四十患脚痛徑針于茗上予謂此足三陰虛針無益也數年後患

痰喘胸中痛晝夜不能眠予謂此腎虛氣不歸源峻補其下則氣自降適名醫陳丹坡來診其持論與予畧同奈病者服陳藥嫌其作悶别尋粗工治之大服降氣寬中之劑服後覺寬寬後復發病者尚以暫寬爲効信服之以至于死良可嘆也大凡此等病服藥初覺悶久當漸寬漸愈患者嫌悶而别求寬藥死者比比而是如脾虛者亦然初服朮必作悶久則自寬破氣消導之藥服之覺寬久乃

愈悶以至不可救病者不可不知



折肱漫錄卷之二

# 折肱漫錄卷之三

檇李黃承昊履素撰
古吳程永培瘦樵校

## 醫藥篇三

### 品藥

人參固補氣亦能補血蓋補氣而血自生陰生於陽甘能生血也王節齋謂勞疾陰虛服人參過多者不治恐是一偏之論蓋節齋方論用參甚少與時師動必用參者其弊相等惟肺受火邪實熱與

夫陰虛勞極而喘急者則忌用耳予幼時參價甚賤十五六歲時亦時服參憶一兩止價三錢耳後日漸騰貴不數年價即與銀等近後價益高甚至三四倍東事敗後參之騰湧無足怪前此何以頓貴耶蓋前此醫者多不敢輕用參每等於附子用者少故價賤後來服參如果無人不用且世俗日益奢參之價勢不得不日高乃世變使然亦可慨也

乾地黃性寒而鮮地黃尤寒不宜單服恐傷脾胃

鮮地黃搗取自然汁不見水煎膏貯磁瓶經年不壞懷慶土疎而田多山泉故質大而味厚予曾陪巡懷慶用意覓大地黃不可得土人云上等地黃一出即爲客人販往蘇州本地止存次等者諺云出處不如聚處信然

黃芪之功不下人參但性太綿密能閉腠理有邪者禁服不如人參之補而能宣耳然補益之功似出人參之上我郡岐黃家多不敢用芪惟恐誤補

邪氣王宇泰先生用芪最多予少病時因服芪不多終不能勝勞而汗症莫療四十歲後大服補中益氣湯計一歲服四五斤然後能勝勞而汗症漸減往時多服參而無濟後來兼服芪而始效予故篤其功于人參外科瘡潰後用生芪補托予嘗後生一瘤醫用藥熬去幾成漏每日加芪五錢于諸藥內服之竟得收功

王節齋云藥之氣味不同如五味子之味厚故煎

垣方少者五六粒多者十數粒今世醫或用二三錢深以爲非吾地時師悉遵此法獨王字泰先生及繆慕臺用藥五味子甚多王先生治夢遺單煎五味子膏一味考元和紀用經五味子散止一味近來見曹若夢遺以五味子一味爲丸服之良效又種子方以五味子內蓯蓉各等分丸服則東垣之言似亦不必拘也

白芍藥爲助脾瀉肝之要藥治瀉補脾方中多用

之薛立齋獨言有損於脾胃用此藥想以其性寒耶養生家審之

凡汗症人桔梗薄荷亦不宜輕服紫蘇人忽視之其發散更甚鮮者其力尤猛非真有感冒不可混食本草發明云若下元虛及怒氣上升不可服桔梗升麻

砂仁能下氣凡中氣虛人不可服

石菖蒲能通心氣養心丹中多用之然心氣不足

者少用以能散氣也

腎藏志故補腎藥中用遠志

菊花清香妙品又能益血祛風點茶釀酒俱快事同地黃釀酒能黑髮作枕治頭風明目葉亦明目香不減花人不多用之何耶

肉蓯蓉五味子各等分加蜜丸助陽種子友人言有奇效予未之試

澤瀉一味有醫多用之十劑而五者薛立齋每言

淡滲之藥不宜輕用惟泄瀉水火不分時暫用一二劑以分利既分即不可滲洩恐導損陽氣變成脹滿之症治者審之

大黄極不宜輕用因大黄妄下而致殞者予目中蓋屢見矣即痢之初起大槩宜早下然亦須審形症是强是弱而後斟酌用藥方書中原有老弱不可下之說愼勿可輕

仙茅助陽原非常用之藥有人極賛其功効予宜

南安攜十餘觔歸以遺友應大宷方伯不受復寄
來云此藥有毒能殺人寻遂不敢以相遺尚容再
攷

附子信不宜輕用斗少患下元氣虛悞服寒藥以
致夜半氣脫虛汗大泄不止飄飄似將絶者心中
惶懼煎參附湯服之用熟附至錢餘病雖少定而
火症大發旋患遺精兩載方愈近年曾因中氣悞
服尅伐之藥以致頓虛參术芪等藥服之竟不應

遂於補中益氣湯內加熟附子三分服一劑便覺腰熱之病復發後患鼻衂左鼻管中時時有乾血在內調養一年餘方得愈附子之氣烈乃爾若加於地黃丸內則有滋養陰之藥和之便不覺其熱矣

予常閱本草成都節度張益州進豨薟丸表頌其功用之妙不可殫述及閱繆慕臺本草經疏言凡病人患麻痺骨節疼腰膝無力由於脾腎兩虛陰

血不足非因風濕所中而得者不宜服此予深服
其言蒺藜之性輕揚而香治風治濕信有神功
斷非補益之藥若悞信而久服必損神氣
向讀本草贊蒺藜丸之妙久服可以輕身延年予
初患指麻人咸謂宜服此丸予以爲雖祛風而無
傷元氣制之與補劑兼服然心疑之天下無祛風
而不傷元氣之理友人徐顯甫在燕亦患指麻單
服前丸一月餘精神大減步履俱艱遂改服補藥

一月餘步履始得如故乃知此藥亦是耗損元氣之物本草之言未足信也

本草云人知蘭花之香不知蘭葉之妙散陳鬱之氣治消渴利水道益氣生津潤膚逐痹如此妙藥而人多棄之不用可惜也蘭乃幽蘭

忍冬花摘鮮者釀酒清香可愛此藥久服可免癰疽等症香而有益不服亦愚矣

枳實性烈而速下行推墻倒壁之力若中氣不足

者雖兼補劑亦不可用方書極言椿朮丸之妙予服之悶月脾胃大傷終身受害愼之愼之

厚朴性亦猛厲虛弱之人宜審用本草言悞服脫人元氣予中氣素弱每因腹痛悞用少許卽覺中氣衰憊然不立見有時加於六君子湯中亦覺大傷中氣要知此藥非純善之物卽參朮同用亦不能勝也

藿香須自種乃眞

吳茱萸辛熱氣猛下氣甚速要知茱萸醬雖快口亦不宜常服者

蘇合香甘溫而性走竄能散氣故蠟丸不宜輕服

竹葉竹瀝皆取淡竹者爲佳世多不辨混取雜竹而用之安能對症療疾又淡竹草開翠花者俗亦名淡竹葉鄉人不識藥性有妄認以爲是者益謬矣

橘皮下氣脾虛人不宜常食予常於中氣虛時偶

服一二片卽覺氣虛不堪以是知亦所宜忌

龍眼肉本草言其能補心脾功與人參並若患心血少以龍眼煎膏收貯任意酒飲之予少時思慮傷神後來每遇勞心輒覺心中枯燥殊有心火自焚之象服此膏屢効

山查消肉食亦疏肝氣亦去食積痰然有積滯者宜食無滯不可用棠毬大於山查其消食亦同每見人造查膏及查丁以爲食用之供脾弱人不宜

混食傷脾予中氣素弱每傷肉食用六君子湯加山查煎服不覺其消有時而暢或胸中無食滯而悞服前劑即覺中氣頓虛乃知此藥亦非和緩之劑故參朮不能勝其消尅也

人陰毛中生蝨名八角子貼伏毛根最癢惱人相傳此蝨不醫延及頭髮眉毛其人當死治法以生銀杏搗爛敷合毛上隔宿其蝨盡死予少年曾患此用此法神効有友爲予言生此蝨者運會將否

之兆予患此之後拋病十餘年備嘗苦楚其言果驗

胡麻最有補益古人稱爲仙人飯配別藥名胡麻九又方獨製一味爲胡麻餅用黑色胡麻擇淨淘洗攤於蒸籠內以滾湯從上澆之此藥油最多蒸籠下如綠流掛久而不止俟掛盡上鍋蒸之蒸熟曬乾又如前法入蒸籠內以滾湯澆之又蒸又曬九度乃止舂擣爲末煉蜜爲餅饑時可以當飯用

酒下之頗香甘可食久服明目延年但苦油多不宜於溏泄者亦不宜以茶湯下之予游宦常攜此以充飢代飯

神麯能消麪穀等病食人皆視爲和易之藥殊不知性亦剋伐能墮胎予常悞服中氣頓虛故知亦不宜輕用者

大麥芽能消食如神麯但能消腎水不宜多用

吳中所造豆豉味美而不可入藥本草所載淡豆

豉出江西予宦湖西始嘗此味泰和產者良其味亦有韻可下酒粗人不識也

予家有僕婦患小便不通之症時師藥以九節湯腹漸滿而終不通幾死矣有草澤醫人以白蘿蔔子炒香白湯吞下數錢小便立通此予親見之者

薄荷性涼能散熱紫蘇性溫能散寒皆散氣之劑世人不識藥理暑月每點薄荷湯代茶紫蘇以作餅作蔬忽爲食物不知多食大損人氣

香薷乃散陽氣導眞陰之劑眞中暑方可用今人畏暑輒浸冷而快服之適所以招暑而取病耳若元氣素虛及房勞過度者尤不宜服立齋云人有患暑症沒而手足指甲或肢體青黯者皆不究其因不温補其內而泛用香薷之類所悞也

丹砂雄黃乃金石之藥非水飛極細者不可服服亦不宜多

元明粉性凉消痰予曾聽方士煉服亦未見效本

草發明云仙經雖備述其功浩大若臟腑虛寒脾胃氣弱不可服此爲格言

六一散非盛暑中奔走極熱不宜服能損脾胃益此藥乃利竅滲濕熱之劑悞服之則愈耗津液矣

爐甘石煆過治風弦爛眼甚効

亂髮煆成血餘入藥最能補血胎髮更効

麋鹿是二物麋乃鹿之大者麋茸性熱補陽鹿茸性温補陰麋角用冬至解鹿角夏至解大有分辨今

人槩指爲鹿茸鹿角而混用之何耶世上通行鹿膠不甚効須加毛角數枝方有力

鹿角膠人皆以透明者爲佳殊不知毛角制就者其色黑暗品之優劣全不係明暗也聞善製此膠者將角入竹籃內置長流水中任其流滌俟淨盡煎之則毫無渣滓照之色如琥珀可愛然渣滓滌盡血氣亦無存矣亦何益於治病徒爲觀美則可耳

阿井之水相傳是濟水其色綠其性急而沉其體較他水頗重予曾至其井取試之蓋濟性清而下故阿膠能益肺降火膠必得烏驢皮煎者兼補腎臟斯爲合法然世間阿膠皆雜驢皮所煎非親製不可得也

羚羊角相傳明目益肝予因目病服之殊無効

敗龜板取其自死者血肉盡滲甲中氣性全具故佳耳予聞之王宇泰先生云龜性最戀軀殼故死

後其甲尚靈可占吉凶有人久服龜板腹中滋生小龜無數以此病死確有証驗故王先生用藥多不用龜板

鍊服紅鉛實爲有益于之得延精力於此非淺予舌時病丹田氣怯不能言百藥不効遇一醫家以五煮丹授予纔兩三服即覺氣充能言其効如此是後自畜鼎器廣收紅鉛製服較之草根樹皮功莫倍蓰烏衣巷聶邈元之五煮丹名聞海內予曾

服之果効李鴻臚進光廟之丹亦曾嘗有友張
中吳以紅鉛製爲一粒丹用乳調勻灌於鼻內男
左女右以鼻孔向上仰承之名爲進大藥密室中
避風避勞或三七或二七日淡味將理斷慾百日
果有奇効能回陽助元氣曾兩試之
氣生平亦甚得紫河車之力多乾河車不佳性熱
動火取鮮者長流水洗去惡血其淡紅水不必盡
去再用酒漉一遍瀝去酒入磁瓶封固重湯煮之

一晝夜熟爛爲度配以藥末搗爲丸如藥末多仍加蜜其藥方視人症候所宜大約入補陰藥中最合有人謂河車性熱有火人不宜服此說最悞人河車乃是補血補陰之物何常性熱但以其力重故似助火耳配藥緩服之何能助火　胞上紫筋有謂宜盡挑去者非是此乃自然之血筋非惡血比挑去則損功力

秋石入藥必須水鍊者佳古人取秋露鍊成故名

秋石今露不可多得惟以淸水鍊之若火鍊者則精華已去徒存鹽質恐未必能補陰且鹽濕亦難以入藥古方所指秋石決指水鍊者而言

附子加于八味丸中有地黃等陰藥佐之便不覺其熱加于補中益氣湯中其性便熱予曾加三分服一劑鼻衂頓發數載受其患

古方用何首烏以赤白各等分用今以得何首烏一時難兼二種勉强成丸服之亦効近來吾鄉多

不可得大者若重二觔便爲奇貨出山西者最大六七觔者甚多予宦于虔州覔此藥亦有重三四觔者但人言此藥出越中者長他地所產服之多不效予虔州所得以製七寶丹功力果遜人言或者其然

七寶丹古方服之甚有益加杜仲四兩名八珍丹人稱其更佳此藥若得大何首烏重三四觔者更得赤白相配恰合則功力當更有大焉

# 折肱漫錄卷之四

檇李黃承昊履素撰
古吳程永培瘦樵校

## 養形篇上

人身中精氣雖分陰陽然眞陰眞陽原有互根之妙相生之理天下未有眞陽固密而陰精不足之人亦未有陰精充滿而元陽不壯者但燥熱之陽乃能傷陰沉寒之陰乃能傷陽經固有少火壯火

之別則陰可類推矣至若飲食藥物之陰陽積寒積熱必能傷氣傷精又不可不慎陰陽均不可偏然凡人調攝則助陽必兼助陰陽僻則火也陰僻則油也火有氣有形而無質油則純以質用矣氣非形質則無所附麗厚其形質元氣乃充故如螢者此火燎原者亦此火火原無衰旺因所附以爲衰旺吾人日用飲食總是補之以味總是補其精精補則氣自足若舍形下之器別無形上之道

補虛助弱用藥槩須溫和久服自能奏功乃無留害如知母黃柏之屬太寒傷氣桂附之屬太熱傷精即有陰虛勞瘵亦宜投以清和之劑若折以苦寒火未必退脾家元氣先傷即有陽虛怯弱亦宜佐以溫養之方若助以辛熱少火末生壯火先灼養生者慎之

人身如天地和煦則春慘鬱則秋春氣融融故能生物秋氣肅肅故能殺物明乎生殺之機者可與

論養生

心爲一身之宰脾爲萬物之母養心養脾攝生最要

王節齋云凉風寒露霧濕氣體弱者常須避之汗出及脫衣去襪之時莫當風取凉最易感冒惱怒尤忌之酒後亦忌當風取凉脫巾襪後便用手多磨擦令毛竅閉爲妙法予生平確守此忌蓋氣血本虛之人又以不慎招外邪再傷其氣血大非所

宜耳

予病時俗人相慰云常病大仙予時笑以爲迂後見强壯者忽登鬼籙而多病者或得綿延始信恒言却有至理蓋無病者以有所恃而縱恣常病者以有所懼而冰兢故得失相反如此予當年筮病得否之九五曰其亾其亡繫于苞桑意正與此合愼之時義大矣哉

頻浴亦非病者所宜能耗元氣

予生平有滿脅之累然有時衝風行路雖大風不感有時坐臥閒居偶微風竟病予深維其故蓋行路時精神勇往向前我氣勝故風不能入坐臥時精神懶散則腠理疎故風得襲之耳風中尤不可睡睡即腠理開邪最易入也

予中氣爲誤藥所傷遂覺虛弱不能耐饑丁巳歲隨同邑卿大夫謁上臺談三邑田糧事日肝不了予受饑一時中氣虛怯倦怠自汗服補中益氣湯

數十劑中氣方稍稍復然自此益不能耐饑予每出必以乾糧從而對客多不便食予乃製補脾藥爲大丸日攜之囊中偶值饑不得食卽服數丸腹便果然予歷宦途幾二十載而脾胃不受病者賴此藥之功

體弱人每事當知所節節慾節勞節飲食此其大要子瞻云傷生之事非一而好色者必死人當好色情濃時特提死之一字敵之可得衰減凡用心

用力及用目用耳一切事稍覺其勞卽便却去以節省之稍息再勞庶不至受病若待病而後調之費力多而取效難矣失饑傷飽傷脾胃乃傷養生家有言未饑先食稍飽卽止此是保脾胃良法然世途中人安能如此愜適但常存此心便不至於大饑大飽以傷天和矣

醉之爲害不可勝言其於節慾更須戒醉醉後最易犯慾內經言醉以入房養生大忌能致百病叢

醉裏乾坤另一光景生平護惜頃刻忽雖尊生一
念遂置度外故攝養家切忌縱飲
凡人患臌顆癖予雖曰濕曰熱曰氣血不和畢竟
還是氣血有餘故少年人多患此予弱冠前亦然
及病以後永無此患想血氣不旺之故也至若癰
疽之毒則有所以致之有因心懷鬱結者有因好
飲火酒喜炙煿者有因陰血枯涸者不可不愼其
因昔王損庵先生曾對予言人參養榮湯若人終

身服之可永免癱瘓之患蓋以能調和氣血也忍
冬藤時時釀酒服之亦可以解此
古人言毋以脾胃熱冷物毋以脾胃軟硬物毋以
脾胃熱生物可謂至言
暑月勞役於暑中及炎房逼淺受暑而病者名中
暍其避暑納涼於深林大廈之間而病者名中暑
攝養家於三伏之候但居於寬敞稍涼之處使不
至中暍即已切不可因熱貪涼處於陰寒之地以

爲快暑中勞役非人情所樂此必出於不得已然名利與此身亦須稍分輕重至於遇凉招疾乃所自取於人何尤

四時偶遇怪風切須謹避內經所言厲風殆謂此內經論風之爲害獨詳要知避風亦是攝養家要事古云避風如避箭避色如避仇眞藥石之言也

風固宜防露尤須避風爲陽露爲陰陰氣中人最易得疾故夏月不宜久坐露下納凉秋來多致患

瘧每日將昏時即有露氣其氣能直透房櫳故夜
臥須閉窗而後睡次日體自舒健
諺云早飯要蚤中飯要飽夜飯要少語語皆格論
空腹莫多言最能傷氣中午必須飯飯必滿量而
止則神氣自旺晩餐微酣不可過醉亦不可過飽
自然神清氣爽
予少年血氣不足十日九病自慮不能老幸延殘
喘以迄於今中丞給諫兩兒生平精神大王竟年

不滿六旬蓋予以病萬分加意保攝所以得全其生兩兄役役世法中藥餌調攝不知爲何事以有所恃而促其算予病原因於色後來極其節慾腠理虛不禁風坐臥必於屏風處不敢肆覺饑即食覺寒即衣覺煖即減覺勞即息不敢强力以作生平藥餌無一日輟初未知醫藥頗有誤後識岐黃妙理大得其益居官甚有礙於調攝上臺兩兄皆以勞心政務得疾而殞故未老即掛冠予之重養

生也葢如此

晉侯求醫於秦秦伯使醫和視之曰疾不可爲也是謂近女室疾如蠱非鬼非食惑以喪志公曰女不可近乎對曰節之而引樂以爲喻謂五降之後不容彈矣於是乎有煩手淫聲滔堙心耳物亦如之至於煩乃舍也已無以生疾又以六淫配六疾曰陰淫寒疾陽淫熱疾風淫末疾雨淫腹疾晦淫惑疾明淫心疾女陽物而晦時淫則生內熱惑蠱

之疾今君不節不時能無及此要知女色不能絕
必須節之淫則犯兩疾人皆知女爲陰不知其外
陰而內陽元門亦有取坎塡離之說故好色最能
傷陰以其熱也凡人獨宿書齋自有一種清明之
氣日與婦人作緣便覺志意昏憒故謂之惑疾子
產聘晉問疾叔向問焉子產謂君子有四時朝以
聽政晝以訪問夕以修令夜以安身於是乎節宣
其氣勿使有所壅閉湫底以露其體今無乃壹之

則生疾矣蓋壹與節相反壹則耽於女色而聽政訪問諸務俱廢安得無疾然則吾人應酬交際小勞其身不能以了世法亦所以節宣其氣而養生調性之道也無論一於好内者之必生疾即一於安逸者恐亦非保身之道耳古人之言不可不省清淨家尊老氏守中之說大都心息相依以神御氣而守之之處言人人殊有主臍下一寸三分者有主臍上一寸三分者有主臍内一寸三分者有

主性門腦頂者有主極陰毛際上空穴者總不如
臍上一寸三分之說爲正此是中宮心腎交通處
試一凝神其際便覺渾身和煖此其驗也中州武
弁越劝忠年已七十精神强王提戈上陣猶同少
年傳予一法則守眉心此從來無人道及者每凝
神其際即覺滿口津生此亦可異則此法或秘傳
也此君與流賊戰歿可惜
彼家之術有損無益除非錬習其心如所云枯木

倚寒巖三冬無煖氣然後可至此地位豈凡夫所可到而顧漫言採藥哉色心一動金水暗消非徒無益而又害之此病家所宜切戒者也

丙申歲有一老人到禾自稱一百二十餘歲即昔之王鉞先大夫邀往領寬堂者累月其人狀貌雄偉乃自社日所生皮紅髮白果似高年形像叩之亦無他秘訣惟有搨竈之法未必果佳又極贊茯神香附二味丸方爲延年之藥此方本草綱目中

載之又每戒人勿坐冷石遺有兩了者勿食唉飯以白米爲佳

王聖俞會心言有云伐天和以成就世事辟猶割肉飾俎刺血染棠然究竟成就亦歸虛幻徒自伐其天和而已語有之寧可疎慵乖物議莫將性命當人情此二言可書座右

幽靜之趣最宜於山居然孱弱之軀即山居亦有不宜處山中多嵐濕雲霧之氣久處能傷脾氣子

宦延平署在山麓是春患脾泄小便黃澁之症胸膈不舒飲食頓減近年借隱若上之妙喜亦在山麓所患復如是俱服八味丸補中益氣湯間服清暑益氣湯而痊若多服分利之劑則誤矣

人身中惟心腎不交百病生焉造化至春天氣下降地氣上升是成三陽泰卦而萬物萌生人若心火太炎則天氣不降矣腎氣不盛則地氣不升矣是爲否象精氣何從生心君火也火性炎上故念

一起即火炎念若滅即火息吾人有一時無念者乎此火所以日炎而水所以日涸也若常常止念靜觀則心氣自降心氣常降則腎氣自漸升而還泰象矣朱大復先生教人心常放下目亦常向下上者降則下者自升亦交心腎之法也

臍之內兩腎之中有一竅名命門穴乃生氣之源吾人生身立命之蒂也常冥心內照使心常在腎此亦交心腎之法也

每見卵中雛最初生目而後有首以及于身目雖竅於肝而瞳原屬腎此天一生水之義也人之機神盡在目故目疾犯色光乃不復此立竿見影不可不慎。

古人分一身之氣爲三焦予親驗之而信予初患下氣虛覺丹田無物者然繼患中氣虛覺中宮無物者然或有時中虛而下否有時下虛而中否有時服消導破氣之藥則中氣頓陷於下覺中虛而

下反實乃知氣有分量固如斯其有界限也

酒色同爲伐性斧斤戒色固難戒酒尤不易予屏辨甚嚴却遠帷幙動經歲時獨是斜陽掛樹暝色入窗思歡伯甚亟非此便覺無聊乃知遠色尤易斷酒極難郭子云三日不飲酒覺形神不復和若能少飲養血壯氣未嘗不益人其如相知聒對舉盞忘懷有不酩酊不休者可奈何予生平頗善攝生獨苦不能戒酒

人設醴以誘猩猩猩猩明知而故犯人笑其愚吾儕亦明知過飲傷人而每至酩酊而不覺其異於猩猩者幾何予竊見多飲酒而少食穀者往往不壽尤非所宜

凡人形體壯偉不慎酒色多有卒中之症而多得之於勞怒蓋勞則元氣頓虛而虛火暴熾怒爲肝木經云歲木太過風氣流行風木一類故怒則肝火熾而風即隨之也又憂懼亦能致此病予姪甲

錫在燕適值戒嚴憂惶兼以多愁竟卒中而亡年止四十七耳予患指麻時彼亦患指麻皆以此病爲憂予以慎疾得延彼以不慎不免耳

鬱怒傷肝尤甚蓄鬱則火內遏肝血燥而大風發多致卒中之症故廣識平情養生要務

丹溪先生云腎主閉藏肝主疎泄二藏俱有相火而其系上屬於心心爲君火爲物所感則易於動心動則相火翕然而隨雖不交合其精亦暗耗矣

故童子未室亦有腎虛之症叉精血篇云男子精未滿而御女以通其精則五臟有不滿之處異日有難狀之疾治法亦兼用益氣湯六味丸二藥爲童子者何不安心靜守數年以儲一生受用而甘虛喪此先天一元眞炁耶亦愚甚矣

養生者貴開發其生機生機一發則源源不窮此謂濬於不涸之府生機有二使此心常自怡適而不以憂鬱窒其生機一也助養脾土以滋化源則

四藏都有生氣二也若不知此機括雖日服補益
良劑所補曾幾何
丹溪先生云天地以五行更迭衰旺而成四時人
之五臟六腑亦應之而衰旺四月屬巳五月屬午
爲火大旺火爲肺金之夫火旺則金衰六月屬未
土大旺土爲水之夫土旺則水衰況腎水常藉肺
金爲母以補其不足古人於夏月必獨宿而淡味
保養金水二臟經曰冬藏精者春不病溫十月屬

亥十一月屬子正火氣潛藏之候必養其本然之眞而爲來春發生之本若於此時不恣欲以自殘至春升之際根本壯實何病之可言哉要知冬夏二季壯年以寡慾老年宜絕慾斯爲攝生之道內經云腎有久病者可寅時面向南淨神不亂思閉氣不息七遍以引頸嚥氣順之如嚥甚硬物如此七遍後餌舌下津納氣自是元門要領後世千門百竇總不能出此範圍

內經云暑當與汗皆出勿止又云夏暑汗不出者秋成風瘧要知盛暑汗出乃時令使然非泄氣散液之比常於暑月夜臥閉窻汗出淋漓次日反覺若臥於凉處次日必倦卽此可知故盛暑避於陰凉之地雖一時快意必至成疾雖然若奔趨名利酷暑襏襫以致大汗不止者其泄氣傷生又不可同日道矣

折肱漫錄卷之四